

**GRUPO DE PESQUISA: GRUPO DE ESTUDOS E  
PESQUISA EM EFEITOS DO  
TREINAMENTO FÍSICO  
SOBRE A SAÚDE E O  
DESEMPENHO**

**LÍDERES:** Prof. Dr. Gilberto Candido Laurentino

Prof. Dr. Mauro Alexandre Benites Batista

**INTEGRANTES:** Profa. Dra. Juliana Duarte Leandro, Prof. Dr. Renato Barroso da Silva, Profa. Dra. Vanessa Santhiago, Anderson Caetano Paulo, Dr. Eduardo Oliveira de Souza, Lilian França Wallerstein, Amanda Thayara de Souza Gouveia, Leandro Cesar de Lima, Robson Sedenho Orloski e Vinícius Vieira Gomes da Silva

Durante muito tempo, os principais propósitos de se praticar exercícios físicos estiveram relacionados a objetivos estéticos e à melhora do desempenho esportivo. No entanto, nos dias atuais, é de conhecimento público que o exercício físico é um componente muito importante na melhora da qualidade de vida. Além disso, é cada vez mais evidente que o exercício físico tem papel fundamental na prevenção e no tratamento de diversas doenças. Este Grupo de Estudos e Pesquisas tem como objetivos gerais analisar as respostas fisiológicas agudas e crônicas ao exercício físico, tanto em indivíduos atletas como em não atletas. O Grupo ainda tem como objetivos específicos, analisar as repostas ao exercício direcionado para o desenvolvimento do desempenho da força e da potência musculares, aumento da massa muscular, e seus efeitos sobre a funcionalidade de indivíduos sadios e debilitados. Os integrantes do Grupo reúnem-se semanalmente para discussões de estudos e análise de projetos. Nossos projetos de pesquisas utilizam recursos materiais e equipamentos existentes na UNIP- Universidade Paulista, bem como os

disponíveis mediante parcerias com a Escola de Educação Física e Esporte da USP e com o Laboratório Delboni.